

12.08.2017 um 00:00 Uhr

**hr1 ZUSPRUCH**



Ein Beitrag von

**Dr. Peter Kristen,**

Evangelischer Pfarrer und Studienleiter, Religionspädagogisches Institut Darmstadt

## Wolfssprache

Eigentlich macht Donald Trump Urlaub. Als Journalisten den US-Präsidenten nach dem Konflikt mit Nordkorea fragen, sagt er: "Nordkorea wird mit Feuer und Wut begegnet werden, wie es die Welt niemals zuvor gesehen hat". Das war am Mittwoch, dem Jahrestag des Atombombenabwurfs auf Nagasaki 1945, als die Welt sich schmerzlich an eine Atomkatastrophe erinnerte, größer als jede, die die Welt zuvor gesehen hat.

Pjōngjang reagierte, indem es den US-Präsidenten persönlich beleidigte und drohte: „Nur mit absoluter Stärke ist ihm beizukommen“. Typisch „Wolfssprache“, würde der Psychologe Marshall B. Rosenberg sagen. Er hat in vielen politischen Konflikten vermittelt. Auch in Schulen und Familien hat er gezeigt: Eine bewusst andere Sprache hilft, Konflikte zu lösen.

Rosenberg erklärt: Wenn Wölfe sich bedroht fühlen, dann stellen sich ihre Nackenhaare und sie neigen zum Zuschnappen, kurz und heftig. Wolfssprache tut das auch. Ich kenne das auch von mir: wenn ich mich ärgere, über meine Kinder oder die Kollegen, dann rutscht mir manchmal etwas Verletzendes heraus, von dem ich mir gleich wünsche, es nicht gesagt zu haben.

Rosenbergs Gegenbild ist die Giraffe. Giraffen haben das größte Herz aller Landtiere und natürlich den Überblick. Darum ist Giraffensprache ruhig und überlegt. Sie gelingt vier Schritten. Erstens sage ich, was ich beobachtet habe, ohne es zu werten. Zweitens mache mir die Mühe, dem anderen zu sagen, wie es mir dabei geht. Drittens formuliere ich, was mir wichtig ist und was ich brauche. Am Schluss und viertens steht oft eine Bitte, damit es in Zukunft anders wird. Wenn jemand in Giraffensprache mit mir spricht, dann kann ich zwischen den Worten spüren, dass er mich respektiert und sich Mühe mit mir gibt. Das lädt mich ein, das auch zu tun.

Ich hoffe auf Politiker, die probieren, Konflikte mit ihren Worten zu lösen. Und ich üb' das selbst:  
Ich hab' gemerkt: Das lohnt sich!